

Bakgrund

Dessa Riktlinjer skall ligga till grund för arrangerandet av Norrländska Mästerskapen.

1 Allmänt:

1.1 Tävlingsplats

Skall följa SSF § 303 för mästerskap. Tävlingsplatsen beslutas i samband med fastställande av tävlingskalender för nästkommande år.

1.2 Inbjudan

Distribueras av arrangören till inbjudna föreningar.

Inbjudan ska innehålla följande information:

- Datum, tid och plats för arrangemanget
- Kontaktuppgifter till tävlingsledare
- Kontaktuppgifter till arrangerande klubb, med ansvarig person
- Norrländska simmares deltagande prioriteras, samt att NM medaljer delas ut till simmare från MNSF och NSF.
- Rekommendationer kring boende
- Beställning av mat för deltagare
- Tider för insim.
- Möjligheter till avsimning.
- Tävlingsbyråns placering och öppettider
- Grenordning
- Uppmaning till deltagande klubbar att resa så klimatsmart som möjligt.

1.3 Hållbarhet

Arrangören uppmanas att se över arrangemangets miljö och klimatpåverkan, samt att i mest möjliga mån minimera dessa.

1.3 Tävlingsledare

Tävlingsledare skall företrädesvis vara en Förbundsfunktionär från något eller några av de norrländska distrikten.

1.4 Mat

Arrangören kan fritt välja alternativ; i egen regi eller hänvisa till matställen som är förberedda. Det är viktigt att arrangören tar särskild hänsyn till det behov av sammansatt kost som elitidrottare kräver och även erbjuder alternativ för eventuella allergiker.

1.5 Doping

RF:s dopingslista skall finnas vid tävlingsbyrån

1.6 Medaljer

Plaketter utdelas till de tre främsta Norrländska simmarna i varje gren.

Det står arrangören fritt att utöver medalj belöna medaljörer med andra priser.

1.7 Lagpris

Vandringspriset går till bästa klubb och får behållas då det erövrats 5 ggr oavsett ordningsföljd. Poängräkning sker enligt SSF § 310 motsvarande SM. Det finns ett lagpris för kortbana och ett lagpris för långbana.

2 Anmälan

2.1 Sista anmälningsdag

Anmälan skall ske senast 11 dagar innan första tävlingsdagen.

2.2 Efteranmälan

Efteranmälan skall ske enligt SSF § 305.

2.3 Laguppställning

Laguppställning skall lämnas in enligt SSF § 305.

- 2.4 **Anmälningavgift**
NM skall tillämpa samma startavgifter som tas ut vid SM, men med följande tillägg: 5:- som går till arrangerande SDF. Startavgiften i sin helhet tas in av arrangörsföreningen.
- 2.5 **Deltagande**
Norrländska mästerskapen är en inbjudningstävling öppen för alla som nått minst 13års ålder under det aktuella året. Vid deltagarbegränsning kommer prioritet ges till norrländska simmare. NM-medaljer delas bara ut till simmare från MNSF och NSF.
- 2.5 **Anmälningstider**
Arrangören omräknar mellan långbane- och kortbanetider enligt SSF's normer för omräkning.
- 2.6 **Grenordning**
Se Bilaga 1 nedan.
- 3 **Ankomst**
- 3.1 **Tävlingsbyrån**
Tävlingsbyrån skall hålla öppet 1 timme före och en timme efter varje pass.
- 3.2 **Info vid ankomst**
Vid ankomst skall föreningarna erhålla information om förläggning, mat, bassängtider, regler för omklädning t ex nycklar mm. I det fall deltagarkort används skall dessa delas ut vid detta tillfälle.
Till varje förening rekommenderas 1 heatlista per 10 anmälda simmare.
- 4 **Tävlingsdag**
- 4.1 **Tävlingstider**
Följande tider är riktmärken:
Pass 1 Fredag, kl. 18.00
Pass 2 Lördag, kl.10.00
Pass 3 Lördag, kl. 18.00
Pass 4 Söndag, kl. 10.00
Pass 5 Söndag, kl. 16.00
- 4.2 **Tidtagningsutrustning**
Elektrisk tidtagningsutrustning ska användas och ska vara kompatibel med SSF:s krav.
- 4.3 **Avanmälan**
Skall ske enligt SSF § 305.
- 4.4 **Heatlista**
Reviderade heatlistor ska finnas tillgängliga ca. 1 timme före tävlingspassens början.
- 4.5 **Prisutdelning**
Arrangören uppmanas genomföra prisutdelningar med inmarsch.
- 4.6 **Invigning**
Invigningen ska genomföras under lördagens finalpass. Arrangören ska eftersträva en rolig och engagerande invigning som sätter tonen för arrangemanget.
- 4.7 **Inmarsch**
Skall ske inför varje finalgren.
- 4.8 **Läkare**
Ange namn på ansvarig läkare samt vid vilka tillfällen mottagningen är öppen. Under övriga tider skall läkare kunna sökas via tävlings-byrån.
- 4.9 **Vattenhinkar**
Vattenhinkar skall finnas vid startbryggan.

- 4.10 **Resultatlistor**
Resultatlistor anslås fortlöpande i simhallen eller dess omedelbara närhet.
 - 4.11 **Press**
Arrangören uppmantras att inbjuda lokal press att närvara vid tävlingen, samt ombesörja att journalister blir väl omhändertagna och får tydlig information om arrangemanget.
 - 4.12 **Ledarmöte**
Ledarmöte skall genomföras senast en timme före tävlingsstart.
-
- 5 **Efter tävling**
 - 5.1 **Mästerskapsrekord**
Arrangören ansvarar för revidering samt utskick till norrlandsdistrikten senast 1 månad efter tävlingens slut.
 - 5.2 **Utvärdering**
Arrangören ansvarar för att inom en månad efter avslutad tävling skicka en utvärdering till deltagande klubbar. Fokus på utvärderingen är att utveckla tävlingen för framtiden.

Bilaga 1 Grenordningar

NM – 25m

Dag 1 – Pass 1 Fredag

1. 400 Medley Damer, DF
2. 400 Medley Herrar, DF
3. 1500 Frisim Damer, DF
4. 1500 Frisim Herrar, DF
5. 4x200 Frisim Damer, DF

Dag 2 - Pass 2 Lördag

7. 4x50 Medley herrar, DF sista heat kvällspass
8. 4x50 Frisim Damer, DF sista heat kvällspass
9. 100 Frisim Herrar, försök
10. 200 Frisim Damer, försök
11. 50 Bröstsimm Herrar, försök
12. 100 Bröstsimm Damer, försök
13. 200 Fjärilsimm Herrar, försök
14. 100 Fjärilsimm Damer, försök
15. 100 Ryggsimm Herrar, försök
16. 50 Ryggsimm Damer, försök
17. 100 Medley Herrar, försök
18. 200 Medley Damer, försök
19. 400 Frisim Herrar, DF sista heat kvällspass
20. 50 Frisim Damer, försök
21. 50 Fjärilsimm Herrar, försök
22. 200 Ryggsimm Damer, försök
23. 200 Bröstsimm Herrar, försök
24. 800 Frisim Damer, DF sista heat kvällspass
25. 4x100 Frisim Herrar, DF sista heat kvällspass
26. 4x100 Medley damer, DF sista heat kvällspass

Dag 3 – Pass 4 Söndag

27. 4x50 Medley Damer, sista heat kvällspass
28. 4x50 Frisim Herrar, sista heat kvällspass
29. 100 Frisim Damer, försök
30. 200 Frisim Herrar, försök
31. 50 Bröstsimm Damer, försök
32. 100 Bröstsimm Herrar, försök
33. 200 Fjärilsimm Damer, försök
34. 100 Fjärilsimm Herrar, försök
35. 100 Ryggsimm Damer, försök
36. 50 Ryggsimm Herrar, försök
37. 100 Medley Damer, försök
38. 200 Medley Herrar, försök
39. 400 Frisim Damer, DF sista heat kvällspass
40. 50 Frisim Herrar, försök
41. 50 Fjärilsimm Damer, försök
42. 200 Ryggsimm Herrar, försök
43. 200 Bröstsimm Damer, försök
44. 800 Frisim Herrar, DF sista heat kvällspass
45. 4x100 Frisim Damer, DF sista heat kvällspass
46. 4x100 Medley Herrar, DF sista heat kvällspass

Dag 2 - Pass 3 Lördag

7. 4x50 Medley herrar, finalheat
8. 4x50 Frisim Damer, finalheat
9. 100 Frisim Herrar, B-final, A-final
10. 200 Frisim Damer, A-final
11. 50 Bröstsimm Herrar, B-final, A-final
12. 100 Bröstsimm Damer, B-final. A-final
13. 200 Fjärilsimm Herrar, A-final
14. 100 Fjärilsimm Damer, B-final. A-final
15. 100 Ryggsimm Herrar, B-final. A-final
16. 50 Ryggsimm Damer, B-final. A-final
17. 100 Medley Herrar, B-final. A-final
18. 200 Medley Damer, A-final
19. 400 Frisim Herrar, finalheat
20. 50 Frisim Damer, B-final. A-final
21. 50 Fjärilsimm Herrar, B-final. A-final
22. 200 Ryggsimm Damer, A-final
23. 200 Bröstsimm Herrar, A-final
24. 800 Frisim Damer, finalheat
25. 4x100 Frisim Herrar, finalheat
26. 4x100 Medley damer, finalheat

Dag 3 – Pass 5 Söndag

27. 4x50 Medley Damer, finalheat
28. 4x50 Frisim Herrar, finalheat
29. 100 Frisim Damer, B-final. A-final
30. 200 Frisim Herrar, A-final
31. 50 Bröstsimm Damer, B-final. A-final
32. 100 Bröstsimm Herrar, B-final. A-final
33. 200 Fjärilsimm Damer, A-final
34. 100 Fjärilsimm Herrar, B-final. A-final
35. 100 Ryggsimm Damer, B-final. A-final
36. 50 Ryggsimm Herrar, B-final. A-final
37. 100 Medley Damer, B-final. A-final
38. 200 Medley Herrar, A-final
39. 400 Frisim Damer, finalheat
40. 50 Frisim Herrar, B-final. A-final
41. 50 Fjärilsimm Damer, B-final. A-final
42. 200 Ryggsimm Herrar, A-final
43. 200 Bröstsimm Damer, A-final
44. 800 Frisim Herrar, finalheat
45. 4x100 Frisim Damer, finalheat
46. 4x100 Medley Herrar, finalheat

NM – 50m

Dag 1 – Pass 1

1. 100 Frisim Herrar
2. 200 Frisim Damer
3. 50 Bröstsím Herrar
4. 100 Bröstsím Damer
5. 400 Medley Herrar
6. 100 Fjárilsím Damer
7. 100 Ryggssím Herrar
8. 50 Ryggssím Damer
9. 1500 Frisim Herrar
10. 4x200 Frisim Damer

Dag 2 – Pass 3

21. 100 Frisim Damer
22. 200 Frisim Herrar
23. 50 Bröstsím Damer
24. 100 Bröstsím Herrar
25. 400 Medley Damer
26. 100 Fjárilsím Herrar
27. 100 Ryggssím Damer
28. 50 Ryggssím Herrar
29. 1500 Frisim Damer
30. 4x200 Frisim Herrar

Dag 1 – Pass 2

11. 200 Fjárilsím Herrar
12. 200 Medley Damer
13. 400 Frisim Herrar
14. 50 Frisim Damer
15. 200 Bröstsím Herrar
16. 800 Frisim Damer
17. 50 Fjárilsím Herrar
18. 200 Ryggssím Damer
19. 4x100 Medley Herrar
20. 4x100 Frisim Damer

Dag 2 – Pass 4

31. 200 Fjárilsím Damer
32. 200 Medley Herrar
33. 400 Frisim Damer
34. 50 Frisim Herrar
35. 200 Bröstsím Damer
36. 800 Frisim Herrar
37. 50 Fjáril Damer
38. 200 Ryggssím Herrar
39. 4x100 Medley Damer
40. 4x100 Frisim Herrar